

**TINGKAT KETERAMPILAN BERMAIN BOLAVOLI SISWA  
PUTRA KELAS VIII TAHUN PELAJARAN 2015/2016  
DI SMP NEGERI 1 PURING KABUPATEN  
KEBUMEN - JAWA TENGAH**

**SKRIPSI**

**Diajukan kepada Fakultas Ilmu Keolahragaan  
Universitas Negeri Yogyakarta untuk  
Memenuhi Sebagian Persyaratan  
guna Memperoleh Gelar  
Sarjana Pendidikan**



**Oleh:  
Fanny Ardiansyah  
09601244035**

**PRODI PENDIDIKAN JASMANI KESEHATAN DAN REKREASI  
JURUSAN PENDIDIKAN OLAAHRAGA  
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN  
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA  
2016**

## **PERSETUJUAN**

Skripsi yang berjudul "Tingkat Keterampilan Bermain Bolavoli Siswa Putra Kelas VIII Tahun Pelajaran 2015/2016 di SMP N 1 Puring Kabupaten Kebumen – Jawa Tengah" ini telah disetujui oleh pembimbing untuk diujikan.

Yogyakarta, 17 September 2015  
Dosen Pembimbing,



Drs. Suhadi, M.Pd  
NIP. 19500505 198803 1 006

#### **SURAT PERNYATAAN**

Dengan ini saya menyatakan bahwa skripsi ini benar-benar karya saya sendiri.


Sepanjang pengetahuan saya tidak terdapat karya atau pendapat yang ditulis atau diterbitkan orang lain kecuali sebagai acuan atau kutipan dengan mengikuti tata penulisan karya ilmiah yang telah lazim.

Tanda tangan dosen penguji yang tertera dalam halaman pengesahan adalah asli.

Jika tidak asli, saya siap menerima sanksi ditunda yudisium pada periode berikutnya.

Yogyakarta, 17 September 2015

Yang menyatakan,



Fanny Ardiansyah  
NIM. 09601244035


## PENGESAHAN

Skripsi yang berjudul “Tingkat Keterampilan Bermain Bolavoli Siswa Putra Kelas VIII Tahun Pelajaran 2015/2016 di SMP N 1 Puring Kabupaten Kebumen – Jawa Tengah” yang disusun oleh Fanny Ardiansyah, NIM 09601244035 ini telah dipertahankan di depan dewan penguji pada tanggal 28 April 2016 dan dinyatakan lulus.

## DEWAN PENGUJI

Nama	Jabatan	Tanda tangan	Tanggal
Suhadi, M.Pd	Ketua Penguji		20/6 2016
A.Erlina Listyarini, M.Pd	Sekretaris penguji		14/6 2016
Jaka Sunardi, M.Kes	Penguji I (Utama)		17/6 2016
Sri Mawarti, M.Pd	Penguji II (Pendamping)		27/6 2016

Yogyakarta, Juni 2016  
Fakultas Ilmu Keolahragaan  
Dekan,

  
Prof. Dr. Wawan Sundawan Suherman, M.Ed.  
NIP. 196407071988121001

## MOTTO

### MOTTO

- Dosa terbesar adalah ketakutan, rekreasi terbaik adalah bekerja, musibah terbesar adalah keputusan, keberanian terbesar adalah kesabaran, guru terbaik adalah pengalaman, misteri terbesar adalah kematian, kehormatan terbesar adalah kesetiaan, karunia terbesar adalah anak sholeh, sumbangan terbesar adalah berpartisipasi, dan modal terbesar adalah kemandirian,  
“Ali Baba”
- Bukan “dia bisa kenapa aku nggak”, tapi dia bisa karna dia mau, anda pun bisa kalau anda mau  
“Fanny Ardiansyah”
- Waktu adalah penasehat yang paling bijaksana, berhentilah mendramatisasi keadaan dengan lamunan – lamunan kosong. Selain kita akan menjadi pencuri waktu yang malang, lamunan juga membuat kita sengsara. Waktu bekerja bagi orang yang rajin adalah “sekarang”, sedangkan waktu bekerja bagi orang yang malas adalah “besok”.  
“Bang Yudo (Mas Bro)”

## **PERSEMBAHAN**

Skripsi ini dipersembahkan untuk :

- Tuhan yang selalu ada dimanapun saya berada,dan selalu melindungi di setiap langkahku,
- Kedua orang tua saya, ibu dan bapak tercinta,yang selalu mendoakan dan mensupport saya.Mom “Your my Every thing” and Dad “You’re my Hero”
- Kepada kedua saudaraku tersayang,trimakasih untuk doa dan support kalian,tetap kompak bagai tiga serangkai bro.

**TINGKAT KETERAMPILAN BERMAIN BOLAVOLI SISWA PUTRA  
KELAS VIII TAHUN PELAJARAN 2015/2016 DI SMP NEGERI 1 PURING  
KEBUMEN – JAWA TENGAH**

**Fanny Ardiansyah  
09601244035**

**ABSTRAK**

Penelitian ini dilatarbelakangi masalah siswa kurang menguasai keterampilan bolavoli di SMP N 1 Puring Kabupaten Kebumen, sehingga peneliti ingin melakukan penelitian tentang tingkat keterampilan bolavoli siswa putra SMP N 1 Puring Kabupaten Kebumen. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui seberapa tinggi tingkat keterampilan bolavoli pada siswa putra kelas VIII tahun pelajaran 2015/2016 di SMP N 1 Puring Kabupaten Kebumen – Jawa Tengah.

Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif yang menggunakan teknik tes. Subjek yang digunakan dalam penelitian ini adalah seluruh siswa putra kelas VIII Tahun Pelajaran 2015/2016 di SMP N 1 Puring dengan jumlah 56 siswa putra. Pengambilan data menggunakan tes ketrampilan dasar bolavoli dengan instrumen yang digunakan berupa *Braddy volleyball test* yang telah dimodifikasi oleh Kirana dengan koefisien validitas sebesar 0,978 dan koefisien reliabilitas sebesar 0,988. Untuk menganalisis data digunakan teknik statistik deskriptif dengan presentase melalui pengkategorian.

Hasil penelitian tes ketrampilan dasar bolavoli siswa putra kelas VIII di SMP Negeri 1 Puring yaitu, Sangat Baik sebanyak 5 orang (8,9%), kategori Baik sebanyak 10 orang (17,9%), kategori Sedang sebanyak 25 orang (44,6%), kategori Kurang sebanyak 14 orang (25%), dan kategori Sangat Kurang sebanyak 2 orang (3,6%). sehingga keterampilan dasar bolavoli siswa putra kelas VIII di SMP Negeri 1 Puring Kabupaten Kebumen adalah dalam kategori Sedang sebanyak 25 siswa dengan prosentase (44,6%).

Kata Kunci : *keterampilan dasar bolavoli, braddy volley test*

## KATA PENGANTAR

Puji syukur dipanjatkan ke hadirat Allah SWT, atas segala Rahmat dan Karunia-Nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul “Tingkat Keterampilan Bermain Bolavoli Siswa Putra Kelas VIII Tahun Pelajaran 2015/2016 di SMP N 1 Puring Kabupaten Kebumen – Jawa Tengah”. Skripsi ini dapat diselesaikan berkat bantuan, bimbingan, serta dorongan semangat dari berbagai pihak. Untuk itu, penulis menyampaikan terima kasih dan penghargaan yang setinggi-tingginya kepada:

1. Prof. Dr. Rochmat Wahab, M.Pd. M.A. selaku Rektor Universitas Negeri Yogyakarta yang telah memberikan kesempatan melanjutkan studi di FIK UNY.
2. Prof. Dr. Wawan Sundawan Suherman, M.Ed., selaku Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta yang telah memberikan ijin penelitian.
3. Erwin Setyo Kriswanto, M.Kes., selaku Ketua Prodi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi, yang telah memberikan masukan-masukan dalam penulisan skripsi.
4. Hedi Ardiyanto Hermawan, S.Pd, M.Or. Penasehat Akademik yang telah ikhlas memberikan ilmu kepada peneliti.
5. Drs. Suhadi, M.Pd, selaku Pembimbing Skripsi yang telah memberikan bimbingan, pengarahan, dukungan dan motivasi selama penyusunan skripsi.
6. Bapak dan Ibu Dosen yang telah memberikan bekal ilmu selama penulis kuliah di Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta.



7. Bapak dan Ibu Staf Karyawan Universitas Negeri Yogyakarta yang telah memberikan bantuannya.
8. Kuat Adi Sudarko, M.Pd., selaku Kepala SMP Negeri 1 Puring Kebumen yang telah memberikan ijin penelitian.
9. Siswa kelas VIII SMP N 1 Puring Kebumen yang telah berpartisipasi dalam penelitian ini.
10. Semua pihak yang telah membantu dalam penelitian ini, yang tidak dapat disebutkan satu persatu.

Penulis menyadari sepenuh hati, bahwa skripsi ini masih jauh dari sempurna. Penulis berharap semoga hasil skripsi ini dapat bermanfaat bagi yang membutuhkan khususnya dan bagi semua pihak pada umumnya. Dan penulis berharap skripsi ini mampu menjadi salah satu bahan bacaan untuk acuan pembuatan skripsi selanjutnya agar menjadi lebih baik.

Yogyakarta, Nopember 2015

Penulis

## DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN JUDUL.....	i
HALAMAN PERSETUJUAN.....	ii
HALAMAN PERNYATAAN.....	iii
HALAMAN PENGESAHAN.....	iv
HALAMAN MOTTO.....	v
HALAMAN PERSEMBAHAN.....	vi
ABSTRAK.....	vii
KATA PENGANTAR .....	viii
DAFTAR ISI.....	x
DAFTAR TABEL.....	xii
DAFTAR GAMBAR .....	xii
DAFTAR LAMPIRAN.....	xiv
<b>BAB I. PENDAHULUAN</b>	
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Identifikasi Masalah .....	4
C. Batasan Masalah.....	4
D. Rumusan Masalah .....	5
E. Tujuan Penelitian.....	5
F. Manfaat Penelitian.....	5
<b>BAB II. KAJIAN PUSTAKA</b>	
A. Deskripsi Teori .....	7
B. Penelitian yang Relevan .....	24
C. Kerangka Berfikir.....	25
<b>BAB III. METODOLOGI PENELITIAN</b>	
A. Desain Penelitian.....	28
B. Definisi Operasional Variabel .....	28
C. Populasi dan Sampel Penelitian .....	28

D. Instrumen dan Teknik Pengumpulan Data .....	29
E. Teknik Analisis Data .....	34
<b>BAB IV. HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN</b>	
A. Deskripsi Lokasi penelitian .....	35
B. Analisis Data .....	35
C. Pembahasan .....	39
<b>BAB V. KESIMPULAN DAN SARAN</b>	
A. Kesimpulan .....	44
B. Saran-saran .....	44
DAFTAR PUSTAKA .....	46
LAMPIRAN	

## DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 1. Rekapitulasi jumlah siswa.....	29
Tabel 2. Norma Penilaian.....	34
Tabel 3. Norma Penilaian.....	36
Tabel 4. Hasil Statistika Test <i>Braddy Volley Ball</i> Siswa .....	36
Tabel 5. Hasil Perhitungan Norma Penilaian.....	37
Tabel 6. Kategori Ketrampilan Dasar Bolavoli siswa .....	37
Tabel 7. Data Perolehan Peneletian.....	47
Tabel 8. Data Hasil Penelitian dan Kategorinya.....	49
Tabel 9. Frekuensi Hasil <i>Braddy Volleyball Test</i> (SPSS).....	51
Tabel 10. Hasil Kategori Tes (SPSS).....	52

## DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar 1. Instrumen <i>Braddy Volleyball Test</i> .....	33
Gambar 2. Kurfa Hasil Norma Penilaian.....	37
Gambar 3. Histogram Hasil Penilaian .....	38
Gambar 4. Wall instrument Braddy Volleyball Test yang di buat.....	55
Gambar 5. Pemberian arahan kepada siswa tentang pelaksanaan Braddy Volleyball Test.....	56
Gambar 6. Memberikan contoh kepada siswa dalam melakukan Braddy Volleyball Test.....	57
Gambar 7. Proses berlangsungnya pengambilan data dengan Braddy Volleyball Test.....	58

## DAFTAR LAMPIRAN

	Halaman
Lampiran 1. Surat Keterangan Dari SMP N 1 Puring .....	48
Lampiran 2. Data Hasil Penelitian .....	49
Lampiran 3. Data Hasil Penelitian dan Kategorinya .....	51
Lampiran 4. Perhitungan Menggunakan SPSS.....	53
Lampiran 5. Dokumentasi Wall Instrument Braddy Volleyball Test.....	55
Lampiran 6. Dokumentasi Pemberian Arahan Kepada Siswa Tentang Pelaksanaan Braddy Volleyball Test.....	56
Lampiran 7. Dokumentasi Memberikan contoh kepada siswa dalam melakukan Braddy Volleyball Test.....	57
Lampiran 8. Dokumentasi Proses berlangsungnya pengambilan data dengan Braddy Volleyball Test.....	58

## **BAB 1**

### **PENDAHULUAN**

#### **A. Latar Belakang Masalah**

Salah satu mata pelajaran yang diberikan pada semua sekolah baik negeri dan swasta adalah pendidikan jasmani. Pendidikan jasmani merupakan bagian dari salah satu program pengembangan sumber daya manusia. Menurut Aip Syarifudin (1991: 4), bahwa pendidikan jasmani adalah suatu proses melalui aktivitas jasmani, yang dirancang dan disusun secara sistematis, untuk merangsang pertumbuhan dan perkembangan, meningkatkan kemampuan dan keterampilan jasmani, kecerdasan dan pembentukan watak. Serta nilai dan sikap positif bagi setiap warga negara dalam rangka mencapai tujuan pendidikan. Melalui pembelajaran pendidikan jasmani, siswa dapat melakukan kegiatan berupa permainan dan olahraga disesuaikan dengan pertumbuhan dan perkembangan anak.

Salah satu materi permainan yang ada pada tingkat SMP, yaitu permainan bolavoli. Menurut Nuril Ahmadi (2007: 42) mengatakan bahwa dalam permainan bolavoli ada beberapa bentuk teknik dasar yang harus dikuasai oleh pemain. Teknik-teknik dalam permainan bolavoli terdiri atas *service*, *passing* bawah, *passing* atas, *block* dan *smash*. Teknik tersebut dibagi lagi menjadi 3 macam yaitu teknik dasar, teknik menengah, dan teknik tinggi.

Pemberian pelajaran yang kreatif, efektif, efisien, dan terencana maupun terprogram yang baik diharapkan dapat mendukung proses pembelajaran permainan bolavoli, sehingga dapat berhasil dengan baik. Peran guru Pendidikan

Jasmani Olahraga dan Kesehatan sangat penting untuk mengenal dan mengetahui cabang olahraga bolavoli. Seorang guru Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan harus mempunyai kreatif, efektif, efisien dalam menyampaikan materi pelajaran sehingga siswa akan merasa senang dan akan membangkitkan minat pada diri siswa terhadap permainan bolavoli secara khusus dan pelajaran yang lainnya secara umum.

Hakikat dari permainan bolavoli adalah kegiatan jasmani yang dilandasi semangat perjuangan melawan diri sendiri dan orang lain yang harus dilandasi jiwa ksatria, dimaksudkan bahwa dalam bermain bolavoli seseorang harus menjunjung tinggi nilai kejujuran, percaya diri, kerjasama, disiplin, kreatif, sportifitas, tanggungjawab, dan keberanian. Di sekolah permainan bolavoli merupakan suatu kegiatan belajar. Kini bolavoli tidak hanya sebagai rekreasi dan hiburan namun sudah menjadi bagian dari olahraga pendidikan. Selain sebagai sarana pencapaian tujuan pendidikan, hal yang utama adalah guna menunjang pembinaan dan pemeliharaan kesegaran jasmani siswa dan bertujuan untuk menanamkan nilai kerjasama, kejujuran, sportifitas, kedisiplinan, keberanian, menghargai orang lain, dan sifat-sifat luhur lainnya.

Pembelajaran pendidikan jasmani yang ada di SMP N 1 Puring diberikan hanya seminggu sekali, Materi permainan bolavoli di sekolah ini diajarkan dalam 2 kali pertemuan untuk materi permainan bolavoli dengan alokasi waktu 2 x 35 menit, hal itulah yang mengakibatkan pengetahuan murid terhadap permainan khususnya bolavoli masih kurang. Berdasarkan observasi, hasil



pembelajaran kurang optimal tersebut disebabkan oleh penyampaian materi bolavoli dari guru kurang bervariasi dan kurangnya motivasi bermain voli.

Hal ini dapat dilihat dari antusias murid dalam menyikapi permainan sangat rendah karena pembelajaran bolavoli yang diberikan selama ini kurang menarik sehingga menyebabkan anak menjadi bosan. Salah satu contohnya adalah observasi dan pengamatan yang dilakukan terhadap siswa SMP N 1 Puring. Observasi dan pengamatan terhadap siswa kelas VIII sebanyak tiga kelas dengan jumlah 36 siswa setiap kelasnya menunjukkan rata-rata siswa belum memiliki kemampuan atau ketrampilan dasar bolavoli. Hal ini terlihat kemampuan teknik dasar permainan bolavoli yang dimiliki siswa kelas VIII belum berkembang. Misalnya siswa belum mampu melakukan *passing* bawah, *passing* atas, serta belum memahami peraturan permainan dengan baik.

Keadaan yang seperti ini diakibatkan dari beberapa faktor, salah satunya faktor fisik dan non fisik. Faktor fisik yang mencakup keterampilan, kekuatan, kelentukan, kecepatan, kelincahan, postur tubuh masih sangat rendah sekali dimiliki setiap siswa. Hal ini sangat berpengaruh pada siswa dalam melakukan aktifitas, sedangkan faktor nonfisik yang mencakup pengetahuan, pola pikir juga sangat berpengaruh pada kegiatan itu. Apabila kedua faktor tersebut tidak saling mendukung, maka tidak akan tercipta suatu permainan yang baik, walaupun masih banyak faktor pendukung yang lain.

Di SMP N 1 Puring memiliki sarana yang kurang memadai untuk terlaksananya pembelajaran bolavoli. Dalam kurun waktu beberapa tahun ini

SMP N 1 Puring jarang mendapatkan prestasi khususnya dalam bidang bolavoli. Hal ini menjadikan siswa kurang tertarik untuk melakukan kegiatan tersebut.

Berdasarkan uraian diatas dan uraian latar belakang di atas maka peneliti merasa tertarik untuk melakukan penelitian tentang "Tingkat Keterampilan Bermain Bolavoli Siswa Putra Kelas VIII Tahun Pelajaran 2015/2016 di SMP N 1 Puring Kabupaten Kebumen – Jawa Tengah".

## **B. Identifikasi Masalah**

Berdasarkan latar belakang yang telah diuraikan di atas maka dapat diidentifikasi masalah sebagai berikut:

1. Sarana dan prasarana penjas di SMP N 1 Puring Kabupaten Kebumen kurang memadai.
2. Kurangnya antusias dalam pembelajaran bolavoli siswa putra kelas VIII Tahun Pelajaran 2015/2016 di SMP Negeri 1 Puring Kabupaten Kebumen – Jawa Tengah.
3. Belum diketahui keterampilan bermain bolavoli siswa putra kelas VIII Tahun Pelajaran 2015/2016 di SMP N 1 Puring Kabupaten Kebumen – Jawa Tengah.

## **C. Batasan Masalah**

Berdasarkan latar belakang, identifikasi masalah yang ditemukan di atas, maka penelitian hanya membatasi satu permasalahan pada tingkat keterampilan bermain bolavoli siswa putra kelas VIII Tahun Ajaran 2015/2016 di SMP N 1 Puring Kabupaten Kebumen – Jawa Tengah.

#### **D. Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang, identifikasi masalah dan pembatasan masalah, maka dapat dirumuskan masalah yaitu: seberapa baik tingkat keterampilan bermain bolavoli siswa putra kelas VIII Tahun Pelajaran 2015/2016 di SMP N 1 Puring Kabupaten Kebumen – Jawa Tengah?

#### **E. Tujuan Penelitian**

Berdasarkan permasalahan yang telah dirumuskan di atas, penelitian ini mempunyai tujuan untuk mengetahui: Seberapa baik tingkat keterampilan bermain bolavoli siswa putra kelas VIII Tahun Pelajaran 2015/2016 di SMP N 1 Puring Kabupaten Kebumen – Jawa Tengah.

#### **F. Manfaat Penelitian**

Hasil penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat bagi semua pihak yang berkaitan, manfaat dari penelitian ini yaitu:

1. Secara Teoretis

- a. Para Peneliti

Hasil penelitian diharapkan dapat dijadikan informasi dan penjelasan dalam penelitian yang berhubungan dengan jenis penelitian yang sama.

- b. Pembaca

Bagi pembaca hasil penelitian ini diharapkan dapat menambah pengetahuan tentang kemampuan dasar bermain bolavoli. Hal ini dapat memberi masukan pada guru untuk perbaikan proses pembelajaran bermain bolavoli ke depan.

## 2. Secara Praktis

### a. Bagi siswa

Siswa dapat mengetahui tingkat kemampuan gerak dasar bermain bolavolinya dan siswa akan termotivasi untuk giat berlatih meningkatkan kemampuannya agar lebih baik.

### b. Bagi Guru Penjasorkes

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan motivasi yang besar dan untuk acuan program peningkatan kemampuan dasar bermain bolavoli peserta didiknya. Di waktu berikutnya dapat mengoptimalkan usaha-usaha pembinaan di luar jam pelajaran dan mengoptimalkan kegiatan ekstrakurikuler yang dapat mendukung peningkatan kemampuan bermain bolavoli.

### c. Bagi Sekolah

Dengan mengetahui tingkat kemampuan dasar bolavoli siswa, diharapkan dapat memberi masukan untuk mengembangkan dan mengoptimalkan program penunjang pendidikan jasmani di SMP N 1 Puring Kabupaten Kebumen.

## **BAB II KAJIAN TEORI**

### **A. Deskripsi Teori**

#### **1. Hakikat Keterampilan**

Keterampilan merupakan kemampuan yang penting didalam kehidupan sehari-hari maupun didalam pendidikan jasmani. Menurut Yanuar Kiram (1992: 11) “Keterampilan adalah tindakan yang memerlukan aktivitas gerak dan harus dipelajari agar supaya mendapatkan bentuk yang benar.”

Menurut Depdiknas (1999: 4), “Keterampilan adalah kemampuan seseorang untuk melakukan sesuatu kegiatan.” Pendapat senada dikemukakan juga oleh Sugiyono (2003: 8.11) yang mengatakan bahwa keterampilan bisa diartikan sebagai kemampuan untuk tugas-tugas tertentu dengan baik. Semakin baik penguasaan keterampilan, maka pelaksanaannya akan semakin efisien.

Berdasarkan beberapa pendapat para ahli di atas maka dapat disimpulkan bahwa keterampilan adalah kemampuan untuk melakukan gerak secara efektif dan efisien untuk melakukan gerakan keterampilan

#### **2. Hakikat Permainan Bolavoli**

Permainan bolavoli adalah cabang olahraga beregu yang dimainkan oleh dua tim, masing-masing tim terdiri dari 6 orang yang dipisahkan oleh jaring/net. Masing – masing tim berhak memainkan bola

sampai tiga kali sentuhan, untuk mengembalikan ke daerah lawan. Seorang pemain tidak diperbolehkan memainkan bola dua kali berturut-turut. Agar dapat bermain bolavoli dengan baik seseorang harus mengerti dan dapat menguasai teknik-teknik dasar yang ada. Yang dimaksud teknik dalam pembahasan ini menurut Suharno HP. (1984: 12) “Suatu proses melahirkan keaktifan jasmani dan pembuktian suatu praktek dengan sebaik mungkin untuk menyelesaikan tugas yang pasti dalam cabang permainan bolavoli.”

Menurut Suharno HP. (1984: 11) mengatakan bahwa unsur-unsur gerak yang perlu dijaga agar tetap dalam kondisi puncak adalah:

- a. Daya ledak (*power*) berguna untuk melompat dan mencambuk bola dalam *smash* dan *block*.
- b. Kecepatan beraksi berguna untuk kecepatan reaksi gerakan setelah ada rangsangan bola dari lawan.
- c. Stamina, kemampuan daya tahan tinggi untuk menjalankan permainan bolavoli dengan tempo tinggi, frekuensi tinggi, tenaga tinggi, dan produktif dalam waktu tertentu.
- d. Kelincahan untuk merubah arah dalam pengambilan posisi badan saat bermain.
- e. Kelentukan sendi-sendi, agar kelihatan luwes sehingga muncul seni gerak dalam bermain bolavoli.

Nuril Ahmadi (2007: 19) mengatakan, permainan bolavoli merupakan suatu permainan yang kompleks yang tidak mudah untuk dilakukan oleh setiap orang. Diperlukan pengetahuan tentang teknik-teknik dasar dan teknik-teknik lanjutan untuk dapat bermain bolavoli secara efektif. Teknik-teknik tersebut meliputi: *service*, *passing*, *smash* dan sebagainya.

Menurut Sukintaka dkk. (1979: 17),” Permainan bola volley adalah suatu cabang olahraga berbentuk mem-*volley* bola diudara, hilir mudik diatas jaring/*net* dengan maksud dapat menjatuhkan bola didalam petak lapangan lawan untuk mencari kemenangan dalam bermain.”

Pendapat senada dikemukakan juga oleh Sri Mawarti (2009: 69) yang mengatakan bahwa bolavoli merupakan permainan yang dimainkan dalam bentuk kerja sama tim dan dibatasi *net*. Setiap tim berusaha untuk melewati bola secepat mungkin ke daerah lawan dengan menggunakan teknik dan taktik yang sah.

A. Sarumpeat dkk. (1992: 78) mengatakan, permainan bolavoli merupakan salah satu cabang olahraga permainan besar yang dimainkan oleh dua regu yang masing-masing regu terdiri dari 6 orang pemain. Dasar permainan bolavoli ialah memainkan bola dengan memvoli dan berusaha menjatuhkan bola di dalam lapangan permainan lawan dengan menyeberangkan bola lewat atas *net/jaring*, dan mempertahankannya supaya tidak jatuh dilapangan sendiri.

### **3. Fasilitas dan Perlengkapan Bolavoli**

#### **a. Lapangan permainan**

Lapangan permainan permainan bolavoli panjang 18 meter dan lebar 9 meter termasuk garis-garis batas yang lebarnya 5 cm dan mudah dilihat. Permukaannya harus datar dan horizontal, dikelilingi daerah bebas

minimal 3 meter dari garis batas dan ruang bebas dari rintangan sampai ketinggian minimal 7 meter dari permukaan lapangan permainan. Garis tengah terletak di bawah net yang membagi lapangan menjadi dua bidang yang masing-masing 9 m x 9 m. Pada lapangan permainan terdapat daerah serang/depan dan daerah servis.

b. Jaring/*net*, tiang dan perlengkapannya

1) Jaring/*net*

Jaring berukuran panjang 9,50 m dan lebar 1m. Lobang-lobang jaring berbentuk bujur sangkar dengan ukuran 10 x 10 cm, warna jaring adalah hitam. Jaring dipasang vertikal diatas poros gariss tengah yang diikatkan pada dua buah tiang oleh bagian bawah *net* (tidak dengan pita) terdapat tali yang dimasukkan pada net untuk menegangkan net, supaya tidak kendur. Tinggi net putra 2,34 m dan putri 2,24 m. Sedangkan untuk anak sekolah menengah pertama menurut Depdiknas (2009: 50) mengatakan bahwa tinggi *net* untuk putra 2,30 m dan putri 2,15 m.

2) Pita samping

Pada setiap sisi *net* dan tegak lurus pada perpotongan garis tengah dan garis samping disamping pita putih selebar 5 cm semuanya termasuk bagian *net*/jaring.



### 3) Antena (*Rod*)

Antena adalah tongkat yang terbuat *fiber glass* sepanjang 1,80 m dengan garis tengah 10 cm. Antena tersebut harus dibuat warna yang selang seling secara kontras misalnya merah putih atau hitam putih. Antena ditempatkan pada sebelah luar dari setiap pita samping dan merupakan batas *net*. Antena ditempatkan menjulur melewati atas *net* sepanjang 80 cm.

### 4) Tiang jaring

Tiang *net* adalah sebagai penunjang, bentuknya harus bulat dan licin, dengan ketinggian 2,55 m dari permukaan lapangan dan masing-masing dipasang sejauh 0,5 m dari poros pertengahan garis tengah dan samping.

### 5) Bola

Bola harus terbuat dari bahan lunak (lentur, bentuknya harus bulat, bagian dalam tersebut dari bahan karet atau sejenisnya, bagian luar terbuat dari kulit). Berwarna terang, keliling bola antara 65 sampai 67 cm, beratnya antara 260 sampai 280 gram dengan tekanan udara dalamnya antara 0,40 sampai 0,45 kg/cm. Ukuran bola menggunakan yang biasa sedangkan untuk anak sekolah menengah pertama menggunakan ukuran no 4.

6) Perlengkapan pemain

Pemain-pemain hendaknya memakai kostum seragam yang bernomor di dada dan di punggung. Diharuskan dalam permainan memakai sepatu olahraga.

7) Jumlah pemain

Bagaimana keadaanya, jumlah pemain masing-masing regu tidak boleh kurang dari 6 orang. Susunan regu yang lengkap termasuk pengganti adalah tidak boleh lebih dari 12 orang.

#### **4. Teknik Dasar Bolavoli**

Menurut Sukintaka dkk. (1979: 28), “Teknik adalah suatu proses melahirkan keaktifan jasmani dan pembuktian dalam praktek dengan sebaik mungkin untuk menyelesaikan tugas yang pasti dalam cabang permainan bolavoli. “Pendapat senada dikemukakan juga oleh M. Yunus (1992: 68) yang mengatakan bahwa teknik adalah cara melakukan sesuatu untuk mencapai tujuan tertentu secara efektif dan efisien.

Menurut A. Sarumpaet dkk. (1992: 87), “Teknik adalah suatu proses melahirkan dan pembuktian dalam praktek sebaik mungkin untuk menyelesaikan tugas yang pasti dalam permainan bolavoli.”

Teknik Dasar Bolavoli:

a. Teknik Dasar *passing*

### 1) Passing bawah

Aip Syarifuddin dan Muhadi (1992/1993: 189) mengatakan, *pass (passing)* bawah adalah mengambil bola yang berada dibawah badan atau bola dari bawah dan biasanya dilakukan dengan kedua lengan bagian bawah (dari siku sampai pergelangan tangan yang dirapatkan), baik untuk dioperasikan kepada kawan, maupun langsung ke lapangan lawan melalui diatas jaring.

Menurut Sugiarto (2009: 21), “Hal yang perlu kamu perhatikan dalam passing bawah adalah gerakan mengambil bola, mengatur posisi, memukul bola dan mengarahkan bola ke arah sasaran.

Nuril Ahmadi (2007: 23) mengatakan bahwa kegunaan *passing* bawah antara lain:

- a) Untuk menerima bola servis.
- b) Untuk penerimaan bola dari lawan yang berupa serangan/*smash*.
- c) Untuk pengambilan bola setelah terjadi *block* atau bola dari pantulan *net*.
- d) Untuk menyelamatkan bola yang kadang-kadang terpental jauh diluar lapangan permainan.
- e) Untuk pengambilan bola yang rendah dan mendadak datangnya.

Sukinta dkk. (1979: 31) mengatakan, teknik pass bawah itu sikap permulaan: ambil posisi sikap siap normal. Pada saat tangan akan dikenakan pada bola, segera tangan dan juga lengan diturunkan serta, tangan dan lengan dalam keadaan terjulur ke bawah depan

lurus. Siku tidak boleh ditekuk, kedua lengan merupakan papan pemukul yang selalu lurus keadaannya.

## 2) Passing atas

Menurut Aip Syafudin dan Muhadi (1992/1993: 190),”*Pass* atau *passing* atas adalah menyajikan bola atau membagi-bagikan bola (mengoper bola) dengan menggunakan jari-jari tangan baik kepada kawan maupun langsung ditujukan ke lapangan lawan melalui atas jaring.”

Menurut Sukintaka dkk. (1979: 29) mengatakan, teknik *pass* atas itu sikap permulaan: pemain mengambil sikap siap normal. Dalam bermain bolavoli sikap siap normal ini adalah pengambilan sikap tubuh sedemikian rupa sehingga memudahkan untuk secepatnya bergerak ke arah yang diinginkan. Secara keseluruhan tubuh harus dalam keadaan setimbang yang labil.

Nuril Ahmadi (2007: 26) mengatakan bahwa variasi teknik memainkan bola *passing* atas antara lain:

- a) *Passing* atas ke arah belakang lewat atas kepala.
- b) *Passing* atas ke arah samping pemain.
- c) *Passing* atas sambil meloncat ke atas.
- d) *Passing* sambil menjatuhkan diri ke samping.
- e) *Passing* atas sambil menjatuhkan diri ke belakang.

Suharno HP. (1984: 26) mengatakan, yang dimaksud dengan *passing* didalam permainan bola *volley* adalah usaha atau upaya seseorang pemain bola *volley* dengan cara menggunakan suatu teknik tertentu yang tujuannya adalah untuk mengoperkan bola yang

dimainkan itu kepada teman seregunya untuk dimainkan di lapangan sendiri.

Menurut A. Sarumpaet dkk. (1992: 87), “Passing adalah suatu usaha dari seseorang pemain bolavoli dengan cara melakukan teknik tertentu yang bertujuan untuk mengoperkan bola kepada temannya sendiri.”

#### b. Teknik servis

Menurut Nuril Ahmadi (2007: 20), “Servis adalah pukulan bola yang dilakukan dari belakang garis akhir lapangan permainan melampaui net ke daerah lawan.” Pukulan servis adalah pukulan pertama yang mengawali rentetan bolak-baliknya bola dalam permainan (H. Nazar, 1982: 13).

Menurut Aip Syarifuddin dan Muhadi (1992/1993: 187), “Servis atau sajian adalah pukulan permulaan yang dilakukan oleh pihak yang berhak melakukan servis untuk memulai menghidupkan bola ke dalam permainan atau tindakan untuk menghidupkan bola ke dalam permainan.”

Sukintaka dkk. (1979: 37) mengatakan, Teknik servis tangan bawah itu sikap permulaan: mula-mula berdiri di petak servis dengan kaki kiri agak lebih kedepan dari pada kaki kanan (bagi mereka yang tidak kidal). Pegang bola dengan tangan kiri.

Lambungkan bola ke atas tidak terlalu tinggi, pada saat itu pula tangan kanan ditarik ke bawah belakang.

Sukintaka dkk. (1979: 38) mengatakan, teknik servis atas itu sikap permulaan: ambil sikap berdiri dengan kaki kiri berada lebih ke depan dari pada kaki kanan dan kedua lutut ditekuk. Tangan kiri menyangga bola dan tangan kanan memegang bagian atas bola. Bola dilambungkan dengan tangan kiri ke atas sampai ketinggian kurang lebih setengah meter diatas kepala. Tangan kanan segera ditarik kebelakang atas kepala, dengan telapak tangan kanan menghadap ke depan.

A.Sarumpaet dkk. (1992: 95) mengatakan, Pukulan servis adalah pukulan yang mengawali rentetan bolak-baliknya bola dalam permainan. Apabila pukulan servis tidak dapat dikembalikan oleh lawan, maka regu servis akan mendapat satu nilai kemenangan. Oleh sebab itu regu servis (server) selalu berusaha agar servisnya sulit atau tidak dapat dikembalikan oleh lawan.

Berdasarkan beberapa pendapat di atas dapat disimpulkan bahwa servis adalah pukulan bola pertama kali untuk memulai permainan. Bola dipukul di belakang garis lapangan sebagai tanda permainan dimulai.

c. Teknik *smash*

*Smash* adalah pukulan bola yang keras dari atas ke bawah dan menukik ke dalam lapangan lawan. Smash atau pukulan keras disebut juga spike merupakan bentuk serangan yang paling banyak dipergunakan dalam upaya memperoleh nilai oleh suatu tim. Pukulan smash banyak macam dan variasinya (Nuril Ahmadi, 2007: 31).

Aip Syarifuddin dan Muhadi (1992/1993: 191) mengatakan, yang dimaksud dengan smash ialah suatu pukulan yang dilakukan dengan keras dan tajam dengan jalannya bola menghujam ke lapangan lawan. Smash tersebut dapat dilakukan dalam usaha mematikan serangan lawan. Dan apabila smash tersebut dapat dilakukan dengan cepat dan tepat, selain sulit dapat diterima oleh lawan, juga akan dapat mematikan.

Menurut A. Sarumpaet dkk. (1992: 99), “Smash atau hard spike ialah pukulan serangan yang keras.” Agar dapat melakukan smash, tangan dan bola harus berada di sebelah atas jaring (net), sehingga jalan bola dapat ditujukan curam kebawah.

Sukintaka dkk. (1979: 34) mengatakan, Teknik smash itu sikap permulaan: dapat dimasukan disini saat-saat pengambilan awalan sampai dengan saat tolakan ke atas. Mula-mula mengambil sikap siap normal dengan jarak yang cukup dari

jaring (3 sampai 4 meter). Pada saat akan mengadakan langkah ke depan terlebih dahulu melakukan langkah-langkah kecil ditempat.

Berdasarkan pendapat para ahli tersebut maka dapat disimpulkan smash adalah gerakan memukul bola dengan keras dan menukik ke lapangan lawan sehingga sulit dikembalikan.

#### d. Teknik *block*/bendungan

Aip Syarifuddin dan Muhadi (1992/1993: 193) mengatakan, Membendung adalah tindakan dalam usaha untuk menahan serangan lawan pada saat bola tepat melewati atas jaring, dengan mempergunakan satu atau kedua tangan yang dilakukan oleh seorang pemain atau oleh dua atau tiga orang pemain secara bersama-sama dari pihak yang mempertahankan.

Menurut A. Sarumpaet dkk. (1992: 102), “Blocking adalah suatu cara bertahan yang sangat ampuh terhadap smash (hard spike).” Blocking dilakukan dengan lompatan setinggi mungkin dekat jaring dalam usaha menahan atau membendung bola yang di smash oleh pihak lawan/ penyerang.

Nuril Ahmadi (2007: 30) mengatakan, block merupakan banteng pertahanan yang utama untuk menangkis serangan lawan. Jika ditinjau dari teknik gerakan, block relatif kecil karena arah bola smash yang akan di block, dikendalikan oleh



lawan. Keberhasilan block ditentukan oleh ketinggian lompatan dan jangkauan tangan pada bola yang sedang dipukul lawan.

Sukintaka dkk. (1979: 34) mengatakan, Teknik block itu sikap permulaan: berdiri dengan kaki sejajar badan menghadap pada jaring.

Kedua tangan berada didepan dada. Untuk awalan tolakan maka lutut ditekuk agak dalam, togok dengan demikian menjadi condong kedepan. Setelah pengambilan posisi ini kemudian diteruskan dengan tolakantolakan ke atas dengan kedua kaki secara eksplosif dan kuat.

Berdasarkan beberapa pendapat para ahli diatas maka dapat disimpulkan bahwa yang dimaksud dengan teknik dasar dalam permainan bolavoli adalah dasar untuk dapat bermain bolavoli, dalam teknik dasar permainan bolavoli antara lain: passing bawah, passing atas, servis bawah, servis atas, *smash* dan *block*.

#### **a. Pentingnya Penguasaan Teknik Dasar Bolavoli**

Secara individual penguasaan teknik dasar bolavoli akan mendukung penampilan seorang pemain. Secara tim atau jika semua pemain menguasai teknik dasar bolavoli dengan baik, akan meningkatkan kualitas permainan, bahkan dapat menentukan menang atau kalahnya suatu tim.

Suharno (1981: 35) menegaskan bahwa pentingnya penguasaan teknik dasar dalam permainan bolavoli selain dapat bermain bolavoli dengan baik juga mengingat hal-hal sebagai berikut:

- 1) Hukuman terhadap pelanggaran permainan yang berhubungan dengan kesalahan teknik.
- 2) Karena terpisahnya antara regu ke satu dengan regu yang lain, sehingga tidak terjadi adanya sentuhan badan dari permainan lawan maka pengawasan wasit terhadap kesalahan ini lebih seksama.
- 3) Banyaknya unsur-unsur yang menyebabkan terjadinya kesalahan-kesalahan teknik ini antara lain membawa bola, mengangkat bola, serta pukulan rangkap.
- 4) Permainan bolavoli adalah waktu untuk memainkan bola sangat sempurna sehingga memungkinkan timbulnya kesalahan-kesalahan teknik yang lebih besar.

Pendapat tersebut menunjukkan bahwa penguasaan teknik dasar permainan bolavoli mempunyai peranan penting terhadap penampilan pemain dan kualitas permainan. Setiap pemain harus mengerti dan memahami peraturan dasar permainan bolavoli, sehingga akan terhindar dari kesalahan teknik. Kesalahan teknik yang dilakukan seorang pemain akan merugikan timnya dan menguntungkan pihak lawan.

#### **b. Prinsip Dasar Permainan Bolavoli**

Permainan bolavoli diciptakan oleh William G. Morgan pada tahun 1895. Bolavoli merupakan salah satu cabang olahraga permainan. Permainan bolavoli ini tidak hanya dimainkan di kalangan tertentu, tetapi sudah menyebar luas ke seluruh penjuru tanah air, mulai dari usia remaja sampai usia dewasa, dari sekolah dasar hingga perguruan tinggi.

Menurut Bonnie Robinson (1993: 10), permainan bolavoli sendiri merupakan jenis permainan yang menggunakan bola besar, bolavoli adalah permainan di atas lapangan persegi empat yang

lebarnya 900 cm dan panjangnya 1800 cm, dibatasi oleh garis-garis selebar lima cm. Di tengah-tengahnya dipasang jaring yang lebarnya 900 cm, terbentang kuat dan sampai pada ketinggian 243 cm dari bawah (khusus anak laki-laki) dan untuk anak perempuan kurang lebih 224 cm.

Menurut Nuril Ahmadi (2007: 20) “Permainan bolavoli merupakan permainan yang kompleks yang tidak mudah dilakukan oleh setiap orang. Sebab, dalam permainan bolavoli dibutuhkan koordinasi gerak yang benar-benar bisa diandalkan untuk melakukan semua gerakan yang ada dalam permainan bolavoli”.

Barbara L. Viera (2004: 2) mengemukakan bahwa “Bolavoli dimainkan oleh dua tim dimana tiap tim beranggotakan dua sampai enam orang dalam suatu lapangan berukuran 30 kaki persegi (9 meter persegi) bagi setiap tim, dan kedua tim dipisahkan oleh sebuah net”. Pada umumnya bolavoli merupakan permainan tim atau regu, namun sekarang permainan bolavoli dibagi menjadi dua macam, yaitu permainan bolavoli pantai yang hanya beranggotakan dua orang dan permainan bolavoli *indoor* yang beranggotakan enam orang.

Inti permainan bolavoli adalah menyeberangkan bola di atas net agar dapat jatuh di dalam lapangan lawan dan untuk mencegah usaha yang sama dari regu lawan, sehingga dapat menghasilkan poin. Untuk dapat bermain bolavoli dengan optimal ada beberapa teknik dasar yang harus dikuasai, yaitu: servis, *passing* atas, *passing* bawah, *smash* dan *block*.

## **2. Karakteristik Siswa SMP Negeri Puring**

Menurut Sukintaka (1979: 45) anak tingkat Sekolah Menengah Pertama (SMP) kira-kira berusia antara 13-15 tahun mempunyai karakteristik:

a. Jasmani

- 1) Laki-laki ataupun putri ada pertumbuhan memanjang.
- 2) Membutuhkan pengaturan istirahat yang baik.
- 3) Sering menampilkan kecanggungan dan koordinasi yang kurang baik sering dilihat.
- 4) Merasa mempunyai ketahanan dan sumber energi tak terbatas.
- 5) Mudah lelah, tetapi tidak dihiraukan.
- 6) Mengalami pertumbuhan dan perkembangan yang sangat cepat.
- 7) Anak laki-laki mempunyai kecepatan dan kekuatan otot yang lebih baik dari pada putri.
- 8) Kesiapan dan kematangan untuk keterampilan bermain menjadi baik.

b. Psikis atau mental

- 1) Banyak mengeluarkan energi untuk fantasinya.
- 2) Ingin menentukan pandangan hidupnya.
- 3) Mudah gelisah karena keadaan yang remeh.

c. Sosial

- 1) Ingin tetap diakui oleh kelompoknya.
  - 2) Mengetahui moral dan etik dari kebudayaannya.
  - 3) Persekawanan yang tetap makin berkembang.
- d. Keterampilan motorik  
Keterampilan gerak telah siap untuk diarahkan kepada permainan besar, atau olahraga prestasi.

Masa remaja merupakan sebuah periode dalam kehidupan manusia yang batasan usia maupun peranannya seringkali tidak terlalu jelas. Masa remaja ini sering dianggap sebagai masa peralihan, dimana saat-saat ketika anak tidak mau lagi diperlakukan sebagai anak-anak, tetapi dilihat dari pertumbuhan fisiknya ia belum dapat dikatakan orang dewasa. Menurut Anna Freud (dalam Yusuf. S, 2004) masa remaja juga dikenal dengan masa *storm* and *stress* dimana terjadi

pergolakan emosi yang diiringi pertumbuhan fisik yang pesat dan pertumbuhan psikis yang bervariasi. Pada masa ini remaja mudah terpengaruh oleh lingkungan dan sebagai akibatnya akan muncul kekecewaan dan penderitaan, meningkatnya konflik dan pertentangan, impian dan khayalan, pacaran dan percintaan, keterasingan dari kehidupan dewasa dan norma kebudayaan (Singgih D. Gunarsa, 2008: 23).

Masa remaja merupakan masa untuk mencari identitas/jati diri. Individu ingin mendapat pengakuan tentang apa yang dapat ia hasilkan bagi orang lain. Apabila individu berhasil dalam masa ini maka akan diperoleh suatu kondisi yang disebut *identity reputation* (memperoleh identitas).

Apabila mengalami kegagalan, akan mengalami *identity diffusion* (kekaburan identitas). Masa remaja termasuk masa yang sangat menentukan karena pada masa ini anak-anak mengalami banyak perubahan pada psikis dan fisiknya.

Fase-fase masa remaja (pubertas) menurut Monks dkk (2004: 34) yaitu antara umur 12-21 tahun, dengan pembagian 12-15 tahun termasuk masa remaja awal, 15-18 tahun termasuk masa remaja pertengahan, 18-21 tahun termasuk masa remaja akhir. Karakteristik anak remaja bisa dilihat dalam beberapa aspek, yaitu dari pertumbuhan fisik, perkembangan seksual, cara berfikir kausalitas,

emosi yang meluap-luap, perkembangan sosial, perkembangan moral dan perkembangan kepribadian. Remaja diharapkan lebih mengerti dirinya sendiri dan dimengerti orang lain, sehingga dapat menjalani persiapan masa dewasa dengan lancar. Dengan memanfaatkan semua kesempatan yang tersedia, terbentuklah kepribadian yang terpadu untuk bisa beradaptasi dengan lingkungan.

Bermain sebenarnya merupakan suatu dorongan dalam diri anak itu sendiri. Ciri lain dari kegiatan tersebut yaitu dilakukan secara sukarela, tanpa paksaan dan dalam waktu luang. Dalam meningkatkan ketrampilan dasar bolavoli pada siswa, seorang guru penjas harus bisa memilih metode yang baik untuk meningkatkan minat dan kemampuan siswa dalam pembelajaran bolavoli. Seorang guru harus bisa memahami karakteristik dasar siswa SMP. Dengan memahami karakteristik siswa SMP guru dapat memilih metode pembelajaran bolavoli yang baik untuk anak didiknya sehingga ketrampilan dasar siswa dapat meningkat dan berkembang dengan baik.

## **B. Penelitian yang Relevan**

Manfaat dari penelitian yang relevan yaitu sebagai acuan agar penelitian yang sedang dilakukan menjadi lebih jelas. Beberapa penelitian yang relevan dengan penelitian ini yaitu sebagai berikut:

1. Penelitian Hartoyo (2011), judul “Tingkat Keterampilan Bermain Bolavoli Siswa Putra Kelas VIII SMPN 2 Kaliangkrik Kabupaten Magelang” hasil

penelitian dari sebanyak 2 siswa (2,8%) masuk kategori sangat kurang baik, 23 siswa (32%) masuk kategori kurang baik, 25 siswa (34,7%) masuk kategori cukup baik, 16 siswa (22,2%) masuk kategori baik, 6 siswa (8,3%) masuk kedalam kategori sangat baik. Secara keseluruhan tingkat keterampilan bermain bolavoli siswa putra kelas VIII di SMPN 2 Kaliangkrik Magelang dalam kategori cukup baik.

2. Penelitian Mizani Ichsan (2010), judul “Kecakapan Bermain Bolavoli Siswa Putera Kelas VIII SMP Negeri 2 Wates kulon Progo Tahun Ajaran 2010/2011” hasil penelitian yaitu masuk kategori baik sekali sebanyak 5 siswa atau sebesar (9,3%), 11 siswa atau sebesar (20,4%) termasuk kategori baik, 19 siswa atau sebesar (35,2%) termasuk kategori sedang, 17 siswa atau sebesar (31,5%) termasuk kategori kurang, sebanyak 2 siswa atau sebesar (3,7%) termasuk kategori kurang sekali. Maka disimpulkan bahwa kecakapan bermain bolavoli siswa putra kelas VIII SMP N 2 Wates Kulon Progo tahun ajaran 2010/2011 dalam kategori cukup sebanyak 19 siswa atau dengan persentase 35,2%.

### **C. Kerangka Berpikir**

Permainan bolavoli di sekolah dapat dijadikan sarana untuk meningkatkan kesegaran jasmani, kesehatan statis dan dinamis bagi siswa yang melaksanakannya. Saat ini permainan bolavoli juga dapat dijadikan sebagai alat untuk melatih kemampuan jasmani si pelaku, seperti melatih kecepatan, kelincahan, daya tahan, kekuatan, kelentukan dan lain sebagainya.

Menurut Arma Abdoellah (1985: 3) seseorang dikatakan sangat terampil bila dia bergerak khusus.

Keterampilan adalah tahap keberhasilan yang konsisten dalam mencapai tujuan dengan efektif dan efisien yang ditentukan oleh kecepatan, ketepatan, bentuk dan kemampuan seseorang dalam menyesuaikan diri. Singer dalam sugeng (2007: 7) mengatakan bahwa seseorang dikatakan terampil apabila kegiatan yang dilakukan ditandai oleh kemampuan untuk menghasilkan sesuatu dengan kualitas yang tinggi (cepat atau cermat) dengan tingkat keajekan yang relatif tepat. Pembelajaran yang efektif bila dilakukan secara berulang-ulang maka keterampilan baru akan dapat diperoleh.

Berdasarkan uraian diatas perlu adanya penelitian mengenai hal ini terutama untuk mengetahui Tingkat Keterampilan Bermain Bolavoli Siswa Putra Kelas VIII tahun ajaran 2015/2016 di SMP N 1 Puring Kabupaten Kebumen – Jawa Tengah. Untuk mengetahui seberapa baik ketrampilan bermain bolavoli siswa putra kelas VIII Tahun Pelajaran 2015/2016 di SMP N 1 Puring perlu dilakukan tes ketrampilan bermain bolavoli. Instrument untuk mengetahui ketrampilan bermain bolavoli adalah dengan menggunakan tes ketrampilan bermain bolavoli dari Kirana yang memodifikasi milik Ngatman.

Modifikasi yang dilakukan Kirana terhadap tes milik Ngatman adalah dengan menurunkan daerah sasarannya yaitu dari yang semula tinggi jarak sasaran dari lantai 3, 5 meter diturunkan menjadi 2, 50 meter, sedangkan lebar



daerah sasaran tetap 152 cm. Tes ketrampilan bermain bolavoli dari Kirana yang memodifikasi milik Ngatman diasumsikan dapat digunakan untuk mengetahui ketrampilan bermain bolavoli karena dalam melaksanakan tes tersebut terdapat berbagai aspek yang berperan sehingga seseorang dapat dikatakan terampil dalam bermain bolavoli.

Peserta didik SMP yang memiliki kemampuan yang baik, ketika melakukan tes tersebut dapat lebih baik dalam mengontrol dan mengarahkan bola ke kotak sasaran. Apabila peserta didik menggunakan taktik dalam melakukan tes ini, maka lebih memilih memantulkan bola dekat dengan jangkauan tangan sehingga repetisi bola yang dipantulkan akan lebih banyak. Selain itu, kondisi fisik dan mental juga mempengaruhi konsistensi dalam melakukan gerakan memantulkan bola ke daerah sasaran dalam waktu 1 menit.

### **BAB III METODE PENELITIAN**

#### **A. Desain Penelitian**

Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif yang menggunakan teknik tes, sehingga memberikan gambaran mengenai apa yang akan diteliti berupa angka-angka dan diukur secara pasti. Menurut Suharsimi Arikunto (2006: 243), bahwa penelitian deskriptif adalah penelitian non hipotesis, sehingga langkah penelitian tidak merumuskan hipotesis. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui keterampilan bermain bolavoli siswa putra kelas VIII tahun pelajaran 2015/2016 di SMP N 1 Puring Kabupaten Kebumen – Jawa Tengah.

## **B. Definisi Operasional Variabel Penelitian**

Suharsimi Arikunto, (2006: 118) “Variabel adalah objek penelitian atau apa yang menjadi titik perhatian suatu penelitian”. Variabel dalam penelitian ini yaitu tingkat keterampilan bermain bolavoli siswa putra kelas VIII tahun pelajaran 2015/2016 di SMP N 1 Puring Kabupaten Kebumen Jawa Tengah. Secara operasional, yang dimaksud ketrampilan bermain bolavoli adalah suatu derajat keberhasilan banyaknya memantulkan bola secara berulang-ulang ke tembok sasaran setinggi 250 cm dan lebar 152 cm selama 1 menit dengan menggunakan tangan, kaki atau anggota tubuh lain. Tingkat ketrampilan bermain bolavoli siswa putra kelas VIII tahun pelajaran 2015/2016 di SMP N 1 Puring Kabupaten Kebumen – Jawa Tengah diperoleh dengan menggunakan *Braddy Volleyball Test* yang telah dimodifikasi oleh Kirana.

## **C. Populasi dan Sampel Penelitian**

Populasi adalah wilayah generalisasi yang terdiri atas: objek atau subyek yang mempunyai kualitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya (Sugiyono, 2012: 61).

Sesuai dengan pendapat di atas, maka populasi dalam penelitian ini adalah siswa putra kelas VIII tahun pelajaran 2015/2016 di SMP N 1 Puring Kabupaten Kebumen – Jawa Tengah yang berjumlah 56 siswa.

Adapun rincian siswa putra Kelas VIII tahun pelajaran 2015/2016 di SMP N 1 Puring Kabupaten Kebumen – Jawa Tengah adalah sebagai berikut :

**Tabel 1.** Rekapitulasi jumlah siswa putra kelas VIII SMP N 1 Puring

No	Kelas	Jumlah Siswa Putra
1	VIII A	14
2	VIII B	14
3	VIII C	14
4	VIII D	14
Jumlah Seluruh Siswa Putra		<b>56</b>

#### **D. Instrumen dan Teknik Pengumpulan Data**

##### **1. Instrumen Penelitian**

Instrumen pengumpulan data adalah alat bantu yang dipilih dan digunakan oleh peneliti dalam kegiatannya mengumpulkan agar kegiatan tersebut menjadi sistematis dan dipermudah (Suharsimi Arikunto, 2006: 134). Dalam penelitian ini instrumennya menggunakan tes *Modifikasi Braddy Volleyball Test* dari Kirana (2013).

Adapun petunjuk instrumen dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

a. Tes

Menurut Suharno (1979: 67) *Braddy Wall Volleyball Test* adalah instrumen tes yang digunakan untuk mengetahui kecakapan atlet dalam bermain bolavoli yang diukur dengan memvoli bola sebanyak-banyaknya ke tembok selama satu menit.

Menurut Ngatman (2001: 9) *Braddy volley ball test* boleh digunakan bagi siswa SLTP atau SLTA tetapi daerah sasarannya dapat diturunkan Tes ini kemudian dimodifikasi disesuaikan dengan subjek penelitian, yaitu siswa SMP.. Apabila tinggi sasaran lebih tinggi dari net resmi maka dalam melakukan umpan bisa untuk dismash, dan dapat untuk menyelamatkan bola terakhir maka bola tersebut bisa memasuki lapangan atau daerah lawan. Modifikasi *Braddy volley ball test* dilakukan Kirana dengan menurunkan daerah sasarannya sesuai dengan tinggi anak SMP yaitu dari yang semula tinggi jarak sasaran dari lantai 3, 5 meter diturunkan menjadi 2, 50 meter, sedangkan lebar daerah sasaran tetap 152 cm. Tinggi sasaran yang digunakan adalah 2, 50 meter karena selain tinggi tersebut sudah melebihi tinggi net dan dengan ketinggian tersebut diharapkan siswa akan lebih mudah menguasai dan mengontrol bola. Tes ini di desain untuk siswa SMP yang sudah dimodifikasi dengan tujuan untuk mengukur ketrampilan umum dalam bermain bolavoli dengan cara memvoli bola berulang-ulang ke arah sasaran selama 1 menit.

b. Alat

Alat dan perlengkapan yang dipakai yaitu: Dinding atau tembok, Bola voli ukuran 3, Peluit, *Stopwatch*, Lakban, Formulir dan alat tulis

c. Testor

Jumlah testor sebanyak tiga orang yaitu:

- 1) Pengawas dua orang bertugas mengamati dan mengawasi jatuhnya bola pada petak sasaran.
- 2) Pencatat hasil satu orang bertugas menghitung waktu pelaksanaan dan mencatat hasil yang dicapai oleh atlet.

d. Pelaksanaan tes

Pelaksanaan tes dengan cara memantulkan bola ketembok selama 1 menit dengan menggunakan passing atas, passing bawah maupun menggunakan seluruh bagian badan. Skor satu diberikan jika siswa mampu memvoli bola dengan sah bola yang masuk ke petak sasaran. Pelaksanaan selama satu menit dengan dua kali tes. Nilai akhir diambil dari salah satu nilai terbanyak dari dua kali giliran tersebut.

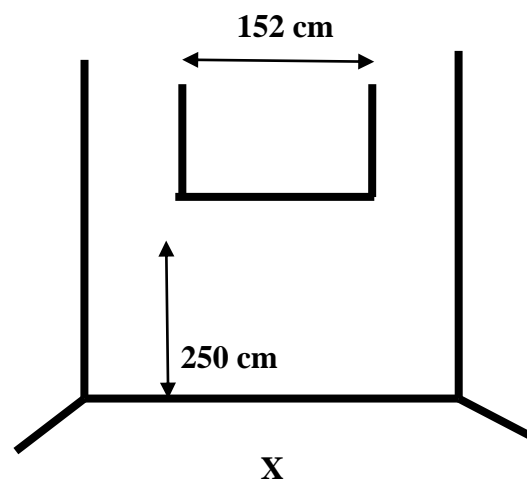
e. Penilaian

Setiap bola yang memantul dari tembok, lalu dipantulkan/ divoli syah sesuai dengan peraturan permainan dan bola tersebut masuk di daerah sasaran serta mengenai garis batas daerah sasaran diberi skor 1. Bola yang dilempar atau didorong dan masuk di daerah sasaran tidak dihitung. Skor tes adalah jumlah skor selama 1 menit (60 detik). Tes ini hanya dilakukan 1 kali untuk setiap siswa.

Tes ini disusun oleh Braddy untuk mengukur ketrampilan bermain bolavoli siswa perguruan tinggi atau sederajat. Selanjutnya, menurut Ngatman (2001: 9) *Braddy volleyball test* boleh digunakan untuk siswa SMP maupun SMA dengan syarat menurunkan daerah sasarannya. Dalam melakukan *Braddy volleyball test* ini dibutuhkan aspek-aspek yang penting agar siswa dapat melakukan tes tersebut dengan hasil yang maksimal. Aspek-aspek yang dibutuhkan antara lain teknik, taktik, kondisi fisik, psikologis dan latihan.

Siswa yang memiliki teknik bermain bolavoli yang baik, latihan yang rutin ketika melakukan *Braddy Volleyball test* akan dapat lebih baik dalam mengontrol dan mengarahkan pantulan bola ke kotak sasaran. Apabila siswa menggunakan taktik dalam melakukan tes ini, maka dia akan lebih memilih memantulkan bola dekat dengan jangkauan tangan sehingga repetisi bola yang dipantulkan akan lebih banyak. Selain itu, kondisi fisik dan mental juga mempengaruhi konsistensi dalam melakukan gerakan memantulkan bola ke daerah sasaran dalam waktu 1 menit. Sehingga dapat dikatakan bahwa kelima aspek tersebut sangat berperan penting bagi siswa dalam melakukan *Braddy volleyball test* untuk memantulkan bola sebanyak mungkin dengan tepat sasaran dalam waktu 1 menit. Peneliti menggunakan instrumen ini dikarenakan di dalam *Braddy volleyball test* terdapat aspek-aspek penting seperti yang di jelaskan di atas mendukung ketika bermain bolavoli.

Validitas digunakan untuk mengetahui kesahihan dari suatu tes. Sedangkan reliabilitas digunakan untuk mengetahui adanya konsistensi instrument di dalam penggunaannya atau instrument tersebut mempunyai hasil yang konsisten apabila digunakan berkali-kali dalam waktu yang berbeda. Tes dari Kirana ini memiliki tingkat koefisien validitas sebesar 0,978 yang diperoleh dengan melakukan uji korelasi antar tes (*Correlation Beetwen Form*) dan reliabilitas sebesar 0,988 dengan menggunakan pendekatan Tes Ulang (*Test-retest*). Sehingga dapat disimpulkan instrument yang digunakan valid dan reliabel.



**Gambar 1.** Instrumen *Braddy Volleyball Test*  
(Skripsi Kirana, 2013)

## 2. Teknik Pengumpulan Data

Teknik pengumpulan data merupakan langkah yang paling utama dalam penelitian, karena tujuan utama dari penelitian adalah mendapatkan data (Sugiyono, 2007: 308). Teknik pengumpulan data yang dilakukan dalam penelitian ini adalah tes dan pengukuran. Penelitian diawali dengan memberikan pemanasan kepada testi untuk mengurangi resiko cedera saat

melakukan tes. Sebelumnya peneliti memberikan petunjuk yang harus dilakukan oleh testi agar tidak terjadi kesalahan saat melakukan tes. Dalam pengambilan data ini testi melakukan tes berangkaian dengan satu kali melakukan secara bergantian, setelah semua selesai dilakukan lagi untuk tes yang kedua dimulai dari nomor awal lagi.

#### E. Teknik Analisis Data

Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif yang bertujuan untuk memberikan gambaran tentang ketrampilan dasar bolavoli siswa. Teknik analisis data yang digunakan adalah teknik statistik deskriptif. Analisis data yang digunakan dari penelitian ini menggunakan teknik analisis deskriptif kuantitatif dengan persentase. Menurut Suharsimi Arikunto (2003: 245-246) rumus yang digunakan adalah sebagai berikut:

$$P = \frac{F}{N} \times 100\%$$

Keterangan:

P = Persentase yang dicari

F = frekuensi

N = jumlah responden

Pengkategorian tersebut menggunakan *Mean* dan *Standar Deviasi*. Menurut Saifuddin Azwar (2010) untuk menentukan kriteria skor dengan menggunakan Penilaian Acuan Norma (PAN) dalam skala yang dimodifikasi sebagai berikut:

**Tabel 2.** Norma Penilaian

No	Interval	Kategori
1	$M + 1,5 S > X$	Sangat Baik
2	$M + 0,5 S < X \leq M + 1,5 S$	Baik
3	$M - 0,5 S < X \leq M + 0,5 S$	Sedang
4	$M - 1,5 S < X \leq M - 0,5 S$	Kurang



<b>5</b>	$X \leq M - 1,5 S$	Sangat Kurang
----------	--------------------	---------------

(Sumber: Saifuddin Azwar, 2010: 163)

Keterangan:

$M$  : Nilai rata-rata (*Mean*)

$X$  : Skor

$S$  : *Standar Deviasi*

## **BAB IV**

### **ANALISIS DAN PEMBAHASAN**

## **A. Deskripsi Lokasi Penelitian**

### **1. Deskripsi Lokasi dan Waktu Penelitian**

Penelitian ini dilakukan di SMP Negeri 1 Puring Kabupaten Kebumen dan dilaksanakan selama satu hari, mulai tanggal 13 Agustus 2015. Pelaksanaan pengambilan data dilakukan satu kali pertemuan dengan alokasi waktu 3 x 40 menit.

### **2. Deskripsi Subjek Penelitian**

Subjek dalam penelitian ini adalah siswa putra kelas 8A, 8B, 8C, dan 8D SMP Negeri 1 Puring, Kebumen tahun 2015 yang berjumlah 56 siswa putra.

## **B. Analisis Data**

Tujuan analisis ini adalah untuk mengetahui: tingkat keterampilan bermain bola voli siswa putra kelas VIII Tahun Pelajaran 2015/2016 di SMP N 1 Puring Kabupaten Kebumen – Jawa Tengah. Teknik analisis data yang digunakan adalah teknik statistik deskriptif kuantitatif dengan persentase. Penelitian dilakukan pada 56 orang siswa putra SMP N 1 Puring Kabupaten Kebumen Tahun 2015. Data keterampilan bermain bolavoli siswa putra kelas VIII di SMP N 1 Puring diperoleh melalui *Braddy Volleyball test* dari Ngatman yang telah dimodifikasi oleh Kirana. Data ketrampilan dasar bolavoli berupa kemampuan responden dalam melakukan keterampilan dasar bolavoli (*passing* atas, *passing* bawah, maupun menggunakan seluruh bagian tubuh) selama 60 detik. Untuk memberi makna pada skor yang diperoleh, dibuat bentuk kategori atau kelompok menurut tingkatan yang ada, yang

terdiri dari lima kategori yaitu: baik sekali, baik, sedang, kurang, dan sangat kurang. Pengkategorian tersebut berdasarkan nilai rerata (Mean) dan standar deviasi (SD), dengan pengkategorian sebagai berikut

**Tabel 3.** Norma Penilaian

No	Interval	Kategori
1	$M + 1,5 S > X$	Sangat Baik
2	$M + 0,5 S < X \leq M + 1,5 S$	Baik
3	$M - 0,5 S < X \leq M + 0,5 S$	Sedang
4	$M - 1,5 S < X \leq M - 0,5 S$	Kurang
5	$X \leq M - 1,5 S$	Sangat Kurang

(Sumber: Saifuddin Azwar, 2010: 163)

Keterangan:

$M$  : Nilai rata-rata (*Mean*)

$X$  : Skor

$S$  : *Standar Deviasi*

Setelah dilakukan perhitungan secara deskriptif, diperoleh hasil:

#### Statistics

**Tabel 4.** Hasil Statistika Test Braddy Volley Ball Siswa

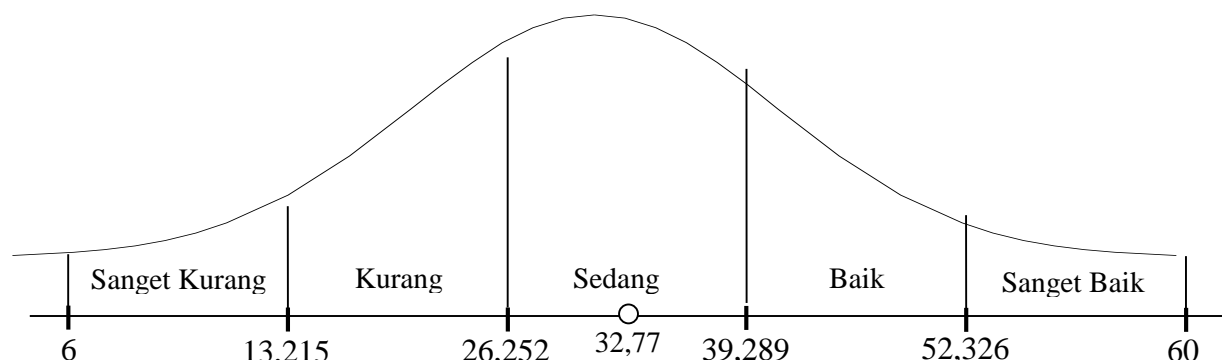
N	Valid	56
	Missing	0
Mean		32,77
Std. Error of Mean		1,742
Median		30,00
Mode		30
Std. Deviation		13,037
Variance		169,963
Range		54
Minimum		6
Maximum		60
Sum		1835

Hasil perhitungan tersebut dimasukkan pada norma penilaian dengan hasil sebagai berikut:

**Tabel 5.** Hasil Perhitungan Norma Penilaian

Interval	Kategori	Skor Interval
$M + 1,5 S > X$	Sangat Baik	52,326 < 60
$M + 0,5 S < X \leq M + 1,5 S$	Baik	39,289 < - ≤ 52,326
$M - 0,5 S < X \leq M + 0,5 S$	Sedang	26,252 < - ≤ 39,289
$M - 1,5 S < X \leq M - 0,5 S$	Kurang	13,215 < - ≤ 26,252
$X \leq M - 1,5 S$	Sangat Kurang	6 ≤ 13,215

Hasil tersebut dapat digambarkan dalam kurva sebagai berikut:



**Gambar 2.** Kurva Hasil Norma Penilaian

Berdasarkan nilai mean dan standar deviasi yang diperoleh, selanjutnya data disusun dalam perhitungan statistik yang selanjutnya dimaknai dengan kategorinya masing-masing. Berikut tabel distribusi frekuensi keterampilan bermain bolavoli siswa putra kelas VIII tahun ajaran 2015/2016 di SMP Negeri 1 Puring Kabupaten Kebumen – Jawa Tengah yang diperoleh:

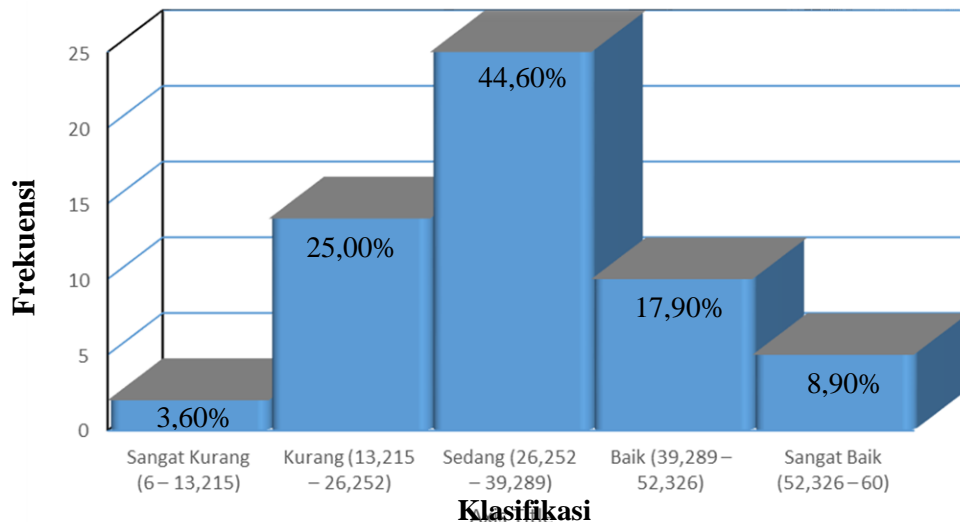
**Tabel 6. Kategori Keterampilan Bermain Bolavoli Siswa Putra Kelas VIII Tahun Pelajaran 2015/2016 di SMP N 1 Puring Kabupaten Kebumen – Jawa Tengah**

Kategori	Rentangan	Frekuensi	Persentase
Sangat Baik	(52,326 – 60)	5	8,9 %
Baik	(39,289 – 52,326)	10	17,9 %
Sedang	(26,252 – 39,289)	25	44,6 %
Kurang	(13,215 – 26,252)	14	25,0%

Sangat Kurang	(6 – 13,215)	2	3,6 %
Jumlah		56	100%

Sumber : Data penelitian, diolah 2015 (N=56)

Hasil dari perhitungan presentasi jika digambarkan dalam histogram adalah sebagai berikut:



Sumber : Data penelitian, diolah 2015 (N=56)

**Gambar 3.** Histogram frekuensi keterampilan bermain bolavoli siswa putra kelas

VIII Tahun Ajaran 2015/2016 di SMP Negeri 1 Puring Kabupaten

Kebumen – Jawa Tengah.

Berdasarkan data tersebut diketahui bahwa dari 56 orang siswa putra kelas VIII Tahun Ajaran 2015/2016 di SMP N 1 Puring Kabupaten Kebumen.- Jawa Tengah yang diteliti, yang memiliki tingkat keterampilan dasar bola voli kategori Sangat Baik sebanyak 5 orang (8,9%), kategori Baik sebanyak 10 orang (17,9%), kategori Sedang sebanyak 25 orang (44,6%), kategori Kurang sebanyak 14 orang (25%), dan kategori Sangat Kurang sebanyak 2 orang (3,6%). Frekuensi terbanyak pada

interval  $26,25 < X \leq 39,28$  yaitu kategori sedang dan interval  $13,21 < X \leq 26,25$  yaitu kategori kurang.

### C. Pembahasan

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui keterampilan bermain bolavoli siswa putra kelas VIII Tahun Ajaran 2015/2016 di SMP Negeri 1 Puring Kabupaten Kebumen – Jawa Tengah. Keterampilan Bermain bolavoli siswa putra kelas VIII Tahun Ajaran 2015/2016 di SMP Negeri 1 Puring diukur menggunakan *Braddy Volleyball Tes* dari Ngatman yang dimodifikasi oleh Kirana.

Hasil penelitian diperoleh bahwa keterampilan bermain bolavoli siswa putra kelas VIII Tahun Ajaran 2015/2016 di SMP Negeri 1 Puring Kabupaten Kebumen – Jawa Tengah secara keseluruhan adalah sedang. Secara rinci diperoleh kategori Sangat Baik sebanyak 5 orang (8,9%), kategori Baik sebanyak 10 orang (17,9%), kategori Sedang sebanyak 25 orang (44,6%), kategori Kurang sebanyak 14 orang (25%), dan kategori Sangat Kurang sebanyak 2 orang (3,6%).

Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa keterampilan bermain bolavoli siswa putra kelas VIII tahun pelajaran 2015/2016 di SMP Negeri 1 Puring Kabupaten Kebumen – Jawa Tengah adalah dalam kategori Sedang sebanyak 25 siswa dengan prosentase (44,6%). Hasil tersebut menunjukkan keterampilan yang dimiliki siswa berbeda-beda dan masih banyak siswa yang kurang terlatih dalam penguasaan teknik-teknik dasar olahraga bolavoli. Hal itu disebabkan tidak semua siswa memiliki minat yang tinggi pada saat melakukan kegiatan ekstrakurikuler bolavoli.

Siswa yang memiliki bakat pada olahraga bolavoli dengan sendirinya akan mengembangkan bakat tersebut dengan melakukan latihan yang rutin dan mengikuti klub-klub bolavoli agar dapat berprestasi. Dengan selalu melakukan rutinitas latihan, siswa akan memiliki tingkat ketrampilan yang lebih baik dibandingkan dengan yang lainnya. Fungsi dari latihan diharapkan akan mampu meningkatkan kondisi gerak yang baik dan menunjang anak mempunyai ketrampilan yang lebih baik.

Sedangkan Siswa yang masuk dalam kategori baik dan sangat baik, dikarenakan mempunyai kemampuan individu yang terlatih, terutama penguasaan teknik-teknik dasar pada permainan bolavoli. Penguasaan teknik bermain bolavoli dapat diperoleh dan dikembangkan dengan rutinitas latihan yang intensif, salah satunya melalui kegiatan ekstrakurikuler di sekolah.

Terlepas dari faktor latihan yang dilakukan, faktor lain yang dapat memengaruhi ketrampilan dasar bolavoli siswa yaitu kondisi lingkungan yang mendukung. Siswa sering melakukan aktivitas olahraga bolavoli di lingkungan masyarakat tempat mereka tinggal yang akan membawa dampak baik terhadap ketrampilan bolavoli, dikarenakan siswa akan termotivasi untuk mengikuti latihan-latihan yang biasa dilakukan.

Selain itu, pada anak usia 13-15 tahun mempunyai karakteristik yang terbagi kedalam tiga tahap yaitu: jasmani, psikis dan sosial.. Keadaan anak pada masa pertumbuhan dan perkembangan terjadi kemurungan dan fantasi yang berlebihan. Keadaan ini menyebabkan rasa tidak mampu sehingga enggan untuk bergerak. Selain itu dapat diketahui ada beberapa keburukan dari karakteristik siswa SMP

antara lain: mudah gelisah, emosi kurang terkontrol, dan takut untuk gagal. Dengan kondisi seperti ini maka siswa memerlukan dorongan oleh orang yang lebih berpengalaman. Dalam hal ini peran guru dalam memberikan bimbingan dan pengarahan kepada siswa pada saat pembelajaran maupun.

Ketrampilan bermain bolavoli siswa kelas VIII tahun pelajaran 2015/2016 di SMP Negeri 1 Puring Kabupaten Kebumen – Jawa Tengah masuk dalam kategori sedang, sehingga menjadi tugas guru penjas untuk meningkatkan keterampilan dasar bolavoli siswa. Keterampilan dasar bolavoli merupakan teknik yang paling dasar, karena kunci untuk mengumpan, mengoper maupun menempatkan bola di daerah lawan dapat menggunakan teknik *passing* bawah, *passing* atas maupun seluruh bagian tubuh. Bagi siswa SMP, teknik ini menjadi modal utama dalam permainan bola voli, karena teknik ini adalah teknik yang paling dasar dan paling mudah sebelum teknik smash.

Keterampilan bermain bolavoli merupakan teknik yang paling penting dalam permainan bolavoli, dimana teknik ini merupakan teknik paling dasar dan paling dominan pada permainan bolavoli. Berkenaan dengan hal itu, sangatlah penting bagi peserta siswa untuk menguasai teknik dasar bermain bolavoli dengan baik dan benar. Dengan memiliki ketrampilan dasar bolavoli yang baik, maka akan dapat melakukan permainan bolavoli dengan baik, sehingga permainan akan terlihat indah dan tidak asal melewati net.

Berdasarkan hasil penelitian ini, diharapkan guru penjas di SMP N 1 Puring lebih meningkatkan lagi keterampilan dasar bolavoli siswa-siswanya dengan



memodifikasi fasilitas yang ada, menggunakan metode yang menarik, sehingga keterampilan dasar bolavoli siswa di SMP Negeri 1 Puring akan meningkat.

## **BAB V**

### **KESIMPULAN DAN SARAN**

#### **A. Kesimpulan**

Berdasarkan hasil analisis yang telah dilakukan, dapat disimpulkan: bahwa dari 56 orang siswa putra kelas VIII Tahun Ajaran 2015/2016 di SMP N 1 Puring Kabupaten Kebumen – Jawa Tengah yang diteliti memiliki tingkat keterampilan dasar bola voli kategori Sangat Baik sebanyak 5 orang (8,9%), kategori Baik sebanyak 10 orang (17,9%), kategori Sedang sebanyak 25 orang (44,6%), kategori Kurang sebanyak 14 orang (25%), dan kategori Sangat Kurang sebanyak 2 orang (3,6%). Frekuensi terbanyak pada interval  $26,25 < X \leq 39,28$  yaitu pada kategori sedang. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa keterampilan bermain bolavoli siswa putra kelas VIII tahun ajaran 2015/2016 di SMP Negeri 1 Puring Kabupaten Kebumen – Jawa Tengah dalam kategori Sedang sebanyak 25 siswa dengan prosentase (44,6%).

#### **B. Saran**

Sehubungan dengan hasil dari penelitian ketrampilan bermain bolavoli siswa putra kelas VIII Kebumen tahun pelajaran 2015/2016 di SMP Negeri 1 Puring Kabupaten – Jawa Tengah, maka penulis mengajukan saran-saran sebagai berikut:

1. Bagi guru penjas, dapat dijadikan masukan dan evaluasi bagi guru penjas terhadap proses latihan maupun metode yang paling baik digunakan dalam pembelajaran untuk dapat meningkatkan ketrampilan dasar bolavoli siswa.

2. Bagi siswa putra kelas VIII tahun ajaran 2015/2016 di SMP Negeri 1 Puring, agar meningkatkan keterampilan dasar bolavoli, karena keterampilan ini merupakan keterampilan yang paling dasar dalam permainan bolavoli.
3. Bagi peneliti yang akan datang hendaknya mengadakan penelitian lanjut tentang permainan bolavoli, dengan mengungkap variabel lain yang tidak terdapat dalam penelitian ini.

## DAFTAR PUSTAKA

- A.Sarumpaet dkk. (1992). *Permainan Besar*. Jakarta: Depdikbud Dirjendikti Proyek Pembina Tenaga Kependidikan.
- Aip Syarifudin dan Muhadi. (1991). *Pendidikan Jasmani dan Kesehatan*. Jakarta: Depdikbud.
- Barbara L. Vierra. (2000). *Bola Voli Tingkat Pemula*. Jakarta: PT Raja GrafindoPersada.
- Barbara L. Viera dan Bonie Jill Ferguson (2004) *Bola Voli Tingkat Pemula*. Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada.
- Bonnie Robison (1993). *Bola Voli*. Semarang: Dahara Prize.
- Depdiknas. (1999). *Petunjuk Tes Keterampilan Bolavoli Usia 13 – 15 Tahun*. Jakarta: Pusat Kesegaran Jasmani dan Rekreasi Departemen Pendidikan Nasional..
- Hartoyo. (2011). *Tingkat Keterampilan Dasar Bermain Bola Voli Siswa Putra Kelas VIII di SMPN 2 Kaliangkrik Magelang*. Skripsi. Yogyakarta: FIK UNY.
- Mizani Ichsan. (2010). *KecakapanBermain Bola Voli Siswa Putra Kelas VIII SMP Negeri 2 Wates kulon Progo*”. Skripsi. Yogyakarta: FIK UNY.
- Maharani Kirana Puspitasari. (2013). *“Pengaruh Bermain Bola Pantul Terhadap Peningkatan Kemampuan Passing Bawah Peserta Ekstrakurikuler Bolavoli Putra SMP Negeri 2 Bantul”*. Skripsi. Yogyakarta: FIK UNY
- Nuril Ahmadi. (2007). *PanduanOlahraga Bola Voli*. Solo: Era PustakaUtama.
- Ngatman. (2001). *Petunjuk Praktikum Tes dan Pengukuran*. Yogyakarta: FIK UNY.
- Pranatahadi. (2012). Diambil dari <http://staff.uny.ac.id/dosen/drssebastianuspranatahadi-mkes>.) pada tanggal 12 Januari 2013

- Sugiarto. (2009). *Langkah Menjadi Pemain Voli Hebat*. Jakarta: PT Mediantara Smesta.
- Sri Mawarti. (2009). "Permainan Bolavoli Mini untuk Anak Sekolah Dasar." *Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia*. (Nomor 2, Tahun 6). Hlm. 67-71.
- Suharno HP. (1981). *Prinsip-Prinsip Bermain Bola Voli*, Yogyakarta: FPOK IKIP.
- \_\_\_\_\_. (1984). *Dasar-dasar Permainan Bola Volley*. Yogyakarta. FPOK IKIP: Yogyakarta.
- \_\_\_\_\_. (1981). *Metodik Melatih Permainan Bola Volley*. Yogyakarta: IKIP Yogyakarta.
- Suharsimi Arikunto. (1998). *Dasar-dasar Evaluasi Pendidikan*. Jakarta: PT. Rineka Cipta.
- Suharsimi Arikunto. (2006). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Taktik*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Sukintaka. (1979). *Teori Pendidikan Jasmani*. Solo: ESA Grafika.
- Sukintaka & Suharsono. (1983). *Permainan dan Metodik*. Jakarta: Depdikbud.
- Saifudin Azwar. (1998). *Metode Penelitian*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar Offset
- Sugiyono. (2003). *Perkembangan dan Belajar Motorik*. Jakarta : Universitas Terbuka
- Singgih Gunarsa D. (2008). *Psikologi Olahraga Prestasi*. Jakarta: Gunung Mulia
- Yanuar Kiram. (1992). *Belajar Motorik*. Jakarta: Depdikbud Dirjendikti Proyek Pembinaan Tenaga Kependidikan
- Yunus. (1992). *Olahraga Pilihan Bola Voli*. Jakarta: Depdikbud Direktorat Jenderal Pendidikan Tinggi.
- Yunus M. (1992). *Olahraga Pilihan Bola Voli*. Jakarta: Departemen Pendidikan Dan Kebudayaan Direktorat Jenderal Pendidikan Tinggi Proyek Pembinaan Tenaga Kependidikan.



PEMERINTAH KABUPATEN KEBUMEN  
DINAS PENDIDIKAN PEMUDA DAN OLAHRAGA  
**SMP NEGERI 1 PURING**

Alamat : Jl. Gombong No. 149 Sitiadi, Puring, Kebumen 54383 Tlp. 08112685857 Email : smpnpuring1@gmail.com

**SURAT KETERANGAN**

Nomor : 422.1/604/2015

Yang bertanda tangan di bawah ini, Kepala SMP Negeri 1 Puring, Kecamatan Puring, Kabupaten Kebumen :

Nama : SUMIASIH, S.Pd  
NIP : 19700805 199702 2 002  
Pangkat : Pembina  
Gol. Ruang : IV/a  
Jabatan : PLh. Kepala Sekolah  
Unit Kerja : SMP Negeri 1 Puring

Dengan ini menerangkan dengan sesungguhnya bahwa :

Nama : FANNY ARDIANSYAH  
NIM : 09601244035  
Jenis Kelamin : Laki-laki  
Program Studi : PJKR  
Perguruan Tinggi : Universitas Negeri Yogyakarta  
Alamat : Tukinggedong, Puring, Kebumen.  
Judul Skripsi : "Ketrampilan Dasar Bolavoli Siswa Putra Kelas VIII di SMP Negeri 1 Puring Kebumen Tahun Pelajaran 2013/2014".

Pembimbing : Drs. Suhadi, M.Pd.

Yang bersangkutan telah benar – benar melakukan Penelitian di SMP Negeri 1 Puring.  
Demikian surat Keterangan ini dibuat untuk dapat digunakan sebagaimana mestinya.

Puring, 14 Agustus 2015

PLh. KEPALA SEKOLAH,



**SUMIASIH, S.Pd.**

Pembina

NIP 19700805 199702 2 002

## Lampiran 2. Data Hasil Penelitian

**Tabel 7.** Data Perolehan Penelitian

KELAS VIII A	NO	HASIL TES	
		1	2
	1	29	30
	2	32	30
	3	17	26
	4	31	37
	5	50	60
	6	37	36
	7	30	35
	8	27	22
	9	24	38
	10	32	40
	11	32	40
	12	13	22
	13	43	46
	14	17	25
KELAS VIII B	NO	HASIL TES	
		1	2
	1	20	25
	2	23	30
	3	29	33
	4	13	16
	5	13	15
	6	35	40
	7	33	45
	8	30	23
	9	27	38
	10	45	50
	11	22	23
	12	25	27
	13	57	60
	14	19	25
KELAS VIII C	NO	HASIL TES	
		1	2
	1	45	47
	2	17	16
	3	30	33
	4	6	3

	5	31	17
	6	28	27
	7	10	19
	8	32	50
	9	47	59
	10	35	31
	11	50	42
	12	25	37
	13	23	44
	14	3	14
<b>KELAS VIII D</b>	NO	HASIL TES	
		1	2
	1	30	28
	2	15	20
	3	27	30
	4	10	13
	5	12	18
	6	45	55
	7	22	28
	8	11	18
	9	35	30
	10	28	27
	11	19	26
	12	59	60
	13	37	39
	14	8	15



### Lampiran 3. Data Hasil Penelitian dan Kategorinya

**Tabel 8.** Data Hasil Penelitian dan Kategorinya

KELAS VIII A	NO		
		Hasil Tes	Kategori
	1	30	Sedang
	2	32	Sedang
	3	26	Sedang
	4	37	Sedang
	5	60	Baik Sekali
	6	37	Sedang
	7	35	Sedang
	8	22	Sedang
	9	38	Sedang
	10	40	Baik
	11	40	Baik
	12	22	Kurang
	13	46	Baik
	14	25	Kurang
KELAS VIII B	NO		
		Hasil Tes	Kategori
	1	25	Kurang
	2	30	Sedang
	3	33	Sedang
	4	16	Kurang
	5	15	Kurang
	6	40	Baik
	7	45	Baik
	8	30	Sedang
	9	38	Sedang
	10	50	Baik
	11	23	Kurang
	12	27	Sedang
	13	60	Baik Sekali
	14	25	Kurang
KELAS VIII C	NO		
		Hasil Tes	Kategori
	1	47	Baik
	2	17	Kurang
	3	33	Sedang
	4	6	Sangat Kurang
	5	31	Sedang

	6	28	Sedang
	7	19	Kurang
	8	50	Baik
	9	59	Baik Sekali
	10	35	Sedang
	11	50	Baik
	12	37	Sedang
	13	44	Baik
	14	14	Kurang
<b>KELAS VIII D</b>	NO		
		Hasil Tes	Kategori
	1	30	Sedang
	2	20	Kurang
	3	30	Sedang
	4	13	Sangat Kurang
	5	18	Kurang
	6	55	Baik Sekali
	7	28	Sedang
	8	18	Kurang
	9	35	Sedang
	10	28	Sedang
	11	26	Sedang
	12	60	Baik Sekali
	13	39	Sedang
	14	15	Kurang

## Lampiran 4. Perhitungan menggunakan SPSS

### Descriptives

#### Statistics

**Tabel 4.** Hasil Test Braddy Volley Ball Siswa

N	Valid	56
	Missing	0
Mean		32,77
Std. Error of Mean		1,742
Median		30,00
Mode		30
Std. Deviation		13,037
Variance		169,963
Range		54
Minimum		6
Maximum		60
Sum		1835

### Frequencies

**Tabel 9.** Frekuensi Hasil Test Braddy Volley Ball Siswa

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid 6	1	1,8	1,8	1,8
13	1	1,8	1,8	3,6
14	1	1,8	1,8	5,4
15	2	3,6	3,6	8,9
16	1	1,8	1,8	10,7
17	1	1,8	1,8	12,5
18	2	3,6	3,6	16,1
19	1	1,8	1,8	17,9
20	1	1,8	1,8	19,6
22	1	1,8	1,8	21,4
23	1	1,8	1,8	23,2
25	3	5,4	5,4	28,6

26	2	3,6	3,6	32,1
27	2	3,6	3,6	35,7
28	3	5,4	5,4	41,1
30	6	10,7	10,7	51,8
31	1	1,8	1,8	53,6
33	2	3,6	3,6	57,1
35	3	5,4	5,4	62,5
37	3	5,4	5,4	67,9
38	2	3,6	3,6	71,4
39	1	1,8	1,8	73,2
40	3	5,4	5,4	78,6
44	1	1,8	1,8	80,4
45	1	1,8	1,8	82,1
46	1	1,8	1,8	83,9
47	1	1,8	1,8	85,7
50	3	5,4	5,4	91,1
55	1	1,8	1,8	92,9
59	1	1,8	1,8	94,6
60	3	5,4	5,4	100,0
Total	56	100,0	100,0	

## Kategori

**Tabel 10.** Hasil Kategori (SPSS)

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Baik Sekali	5	8,9	8,9	8,9
	Baik	10	17,9	17,9	26,8
	Sedang	25	44,6	44,6	71,4
	Jelek	14	25,0	25,0	96,4
	Jelek sekali	2	3,6	3,6	100,0
	Total	56	100,0	100,0	

## LAMPIRAN 5.

**GAMBAR 4.** Dokumentasi Wall instrument Braddy Volleyball Test



## LAMPIRAN 6.

**GAMBAR 5.** Dokumentasi pemberian arahan kepada siswa tentang pelaksanaan Braddy Volleyball Test



## LAMPIRAN 7.

**GAMBAR 6.** Dokumentasi memberikan contoh kepada siswa dalam melakukan Braddy Volleyball Test





## LAMPIRAN 8.

**GAMBAR 7.** Dokumentasi proses berlangsungnya pengambilan data dengan Braddy Volleyball Test

